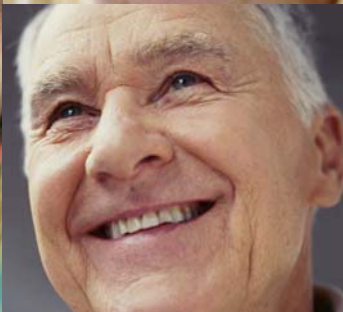


LÄNGER LEBEN BEI GUTER GESUNDHEIT

Ein Informationsblatt für alle, die über das Angebot einer Vorsorgeuntersuchung nachdenken.



**„MEINER
GESUNDHEIT
ZULIEBE!“**



Seit 2005 wird in Österreich die neue Vorsorgeuntersuchung angeboten. Bewährtes wurde beibehalten, und in einigen Bereichen hat es wichtige Anpassungen und Neuerungen gegeben, die sich auf Grund internationaler wissenschaftlicher Erkenntnisse als wirksam in der Prävention von Krankheiten erwiesen haben. Das Angebot der Vorsorgeuntersuchung ist kostenlos und richtet sich an alle Menschen ab 18 Jahren, die ihren Wohnsitz in Österreich haben. Es gilt unabhängig davon, ob Sie versichert sind oder nicht.

WAS BRINGT IHNEN PERSÖNLICH DIE TEILNAHME AN DER VORSORGEUNTERSUCHUNG?

Als die Vorsorgeuntersuchung 1974 in Österreich eingeführt wurde, lag die durchschnittliche Lebenserwartung der Frauen bei knapp 75 Jahren, jene der Männer bei 67 Jahren. Heute leben Frauen um sieben, Männer sogar um acht Jahre länger. Doch noch immer sterben zu viele Menschen vorzeitig oder haben auf Grund von chronischen Krankheiten im Alter eine niedrigere Lebensqualität. Nur ein Viertel der 60-jährigen Männer und Frauen kommt ganz ohne Dauermedikamente aus.

HAUPTZIELE DER VORSORGE-UNTERSUCHUNG

- Reduktion jener Risikofaktoren, die durch geeignete Änderungen im Lebensstil beeinflussbar sind.
- Durch die Früherkennung von Krankheiten ergeben sich bessere Heilungschancen. Die Entstehung von chronischen Krankheiten kann rechtzeitig verhindert werden.



**„MEINER
GESUNDHEIT
ZULIEBE!“**

WAS IST NEU AN DER VORSORGEUNTERSUCHUNG?

Das Angebot der Vorsorgeuntersuchung wurde wie folgt erweitert und modernisiert:

- Neubewertung der Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie Aufklärung und Unterstützung bei gesundheitsfördernden Veränderungen des Lebensstils bei den Kernthemen Bewegung, Ernährung und Rauchen. Die Parameter, die hier zur Anwendung kommen sind Body Mass-Index, Gesamtcholesterin und HDL-Cholesterin.
- Neu ist außerdem eine Erweiterung der Darmkrebsvorsorge für Menschen über 50 Jahre. Zusätzlich zum Hämoccult-Test wird die Koloskopie zur Darmkrebsvorsorge als neue Untersuchung aufgenommen.
- Eine weitere Neuerung des Programms ist die Einbeziehung von Parodontalerkrankungen. Diese können bei vielen Menschen durch geeignete Vorbeugung verhindert werden.
- Bei Menschen über 65 Jahren wird nunmehr auch vermehrtes Augenmerk auf die Hör- und Sehleistung gelegt. Durch die Früherkennung von Hör- oder Sehschäden kann das Unfallrisiko der betroffenen Menschen markant gesenkt, sowie das gesundheitliche und soziale Wohlbefinden enorm gesteigert werden.

Da nicht jede Untersuchung risikolos und nicht jeder Laborwert aussagekräftig ist, wurde darauf geachtet, dass das Programm nur jene Maßnahmen enthält, bei denen der Nutzen eindeutig überwiegt.

**DIE SOZIALVERSICHERUNG –
Ihr Partner für GESUNDHEIT,
SICHERHEIT und PENSION**



VORSORGE-SCHWERPUNKT HERZ-KREISLAUF-ERKRANKUNGEN

Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems sind in Österreich nach wie vor die mit Abstand häufigste Todesursache. Etwa jeder zweite Todesfall geht darauf zurück. Frauen sind von Herz-Kreislauf-Erkrankungen noch stärker betroffen als Männer - auch wenn sie im Schnitt um zehn Jahre später daran erkranken. Deswegen kommt der Vorsorge im Bereich der Herz-Kreislauf-Krankheiten besondere Bedeutung zu.

Es ist längst erwiesen, dass die „Wege zum Infarkt“ vielfältig sind. Deshalb wird bei der Vorsorgeuntersuchung Ihr persönliches Risikoprofil erstellt und mit Ihnen besprochen, wie Sie Ihr persönliches Risiko reduzieren können.

NEUES EINLADUNGSSYSTEM

Auf Grund des hohen Nutzens der Vorsorgeuntersuchung ist es der Sozialversicherung ein Anliegen, mehr Menschen für das Thema Gesundheitsvorsorge zu gewinnen.

Personen im Alter unter 40 Jahren werden alle drei Jahre zur Vorsorgeuntersuchung eingeladen. Bei Personen im Alter über 40 Jahren hat sich ein Einladeintervall von zwei Jahren als sinnvoll erwiesen.

Je nach Geschlecht, Alter und Risikofaktoren unterscheidet sich die Art und die Anzahl der Einzelmaßnahmen, die im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung durchgeführt werden.

WAS SIND DIE KONKRETEN ZIELE DER VORSORGEUNTERSUCHUNG?

Reduktion von Herz-Kreislauf- und Stoffwechsel-Erkrankungen

- Reduktion von Übergewicht
- gesunde Ernährung
- richtige Bewegung
- Vermeidung von Bluthochdruck
- Vermeidung von Störungen des Fettstoffwechsels
- Prävention von Diabetes mellitus

Prävention häufiger Krebserkrankungen

- Brustkrebs
- Gebärmutterhalskrebs
- Darmkrebs
- Hautkrebs
- Prostatakrebs

Prävention von Suchterkrankungen

- Tabakkonsum
- Alkoholkonsum
- Medikamenten-Abhängigkeit

Prävention häufiger Alterskrankheiten

- Hörminderung, Hörverlust
- Sehschwäche

Prävention weiterer wesentlicher Erkrankungen

- Parodontalerkrankungen
- Glaukom



**„MEINER
GESUNDHEIT
ZULIEBE!“**

WIE KOMME ICH ZU EINEM TERMIN?

Die Vorsorgeuntersuchung ist ein kostenloses Gesundheitservice der österreichischen Sozialversicherungsträger. Wenden Sie sich für nähere Informationen und zur Vereinbarung eines Termins an Ihren Hausarzt.

WIE LÄUFT DIE VORSORGE- UNTERSUCHUNG AB?

Sie können mit Ihrem Arzt oder Ihrer Vorsorgestelle der Sozialversicherung telefonisch oder vor Ort einen Termin vereinbaren. Bei der Terminvereinbarung erhalten Sie alle wesentlichen Informationen über den Ablauf. Möglicherweise erhalten Sie vorab den Fragebogen zur Anamnese und ein Briefchen für den Stuhltest.



Wenn Sie weitere Fragen zur neuen Vorsorgeuntersuchung haben, richten Sie diese bitte an Ihren Arzt oder Ihre Vorsorgestelle der Sozialversicherung.